

## བྱིད་མཁོ་

༡. གྲུ་མཁོ་ མི་མཁོ་  
གྲུ་མཁོ་ སུ་མཁོ་  
མཁོ་ མཁོ་ གྲུ་མཁོ་  
མཁོ་ མཁོ་ མཁོ་

༢. མཁོ་མཁོ་ མཁོ་  
མཁོ་མཁོ་ གྲུ་མཁོ་  
མཁོ་ མཁོ་ མཁོ་  
མཁོ་ མཁོ་ མཁོ་

༣. མཁོ་ མཁོ་ གྲུ་མཁོ་  
མཁོ་ མཁོ་ མཁོ་  
མཁོ་ མཁོ་ མཁོ་  
མཁོ་ མཁོ་ མཁོ་

༤. གྲུ་མཁོ་ གྲུ་མཁོ་  
མཁོ་ མཁོ་ མཁོ་  
མཁོ་ མཁོ་ མཁོ་  
མཁོ་ མཁོ་ མཁོ་

མཁོ་མཁོ་ མཁོ་  
མཁོ་མཁོ་ མཁོ་  
མཁོ་མཁོ་ མཁོ་  
མཁོ་མཁོ་ མཁོ་

མཁོ་མཁོ་ མཁོ་  
མཁོ་མཁོ་ མཁོ་

མཁོ་མཁོ་མཁོ་

སྒྲིལ་པའི་ མཉུ་

ཤེས་པའི་ རྒྱུ་

ཤེས་པའི་ རྒྱུ་།

ཨ་མ་མེད་ རྒྱུ་

ཨ་མ་མེད་ རྒྱུ་

ཨ་མ་མེད་ རྒྱུ་

ཨ་མ་མེད་ རྒྱུ་།

ཨ་མ་མེད་ རྒྱུ་

ཨ་མ་མེད་ རྒྱུ་

ཨ་མ་མེད་ རྒྱུ་

ཨ་མ་མེད་ རྒྱུ་།

༡. ཨ་མ་མེད་ རྒྱུ་

ཨ་མ་མེད་ རྒྱུ་

ཨ་མ་མེད་ རྒྱུ་

ཨ་མ་མེད་ རྒྱུ་།

ཨ་མ་མེད་ རྒྱུ་

ཨ་མ་མེད་ རྒྱུ་

ཨ་མ་མེད་ རྒྱུ་

ཨ་མ་མེད་ རྒྱུ་།

ཨ་མ་མེད་ རྒྱུ་

ཨ་མ་མེད་ རྒྱུ་

ཨ་མ་མེད་ རྒྱུ་

ཨ་མ་མེད་ རྒྱུ་།

ཨ་མ་མེད་ རྒྱུ་

ཨ་མ་མེད་ རྒྱུ་

ཨ་མ་མེད་ རྒྱུ་

ཨ་མ་མེད་ རྒྱུ་།

ཡོ་ རྒྱལ་ལེ་ རྟེན་,  
རྟེན་ལེ་ ཅ་ རྒྱལ་ལེ།  
སྤྲུལ་ཆོ་ མ་ ལུག་ཆུ།  
ལུག་ རྒྱུན་ ལུག་ལོ།

༤. ཡོ་ རྟེན་ ཡོ་ རྒྱུན་,  
རྟེན་ རྟེན་ རྟེན་།  
ལུག་ རྟེན་ རྟེན་,  
རྟེན་ རྟེན་ རྟེན་།

རྟེན་ལེ་ལེ་ལེ་ ,  
ལེ་ལེ་ ལེ་ལེ་ ལེ་ལེ།  
ལེ་ ལེ་ལེ་ ལེ་ལེ།  
ལེ་ལེ་ ལེ་ལེ་།

ལེ་ལེ་ ལེ་ལེ་,  
ལེ་ལེ་ ལེ་ལེ་  
ལེ་ ལེ་ལེ་ ལེ་ ལེ་,  
ལེ་ལེ་ལེ་ ལེ་།

ཡོ་ ལུག་ ལུག་,  
ལུག་ ལུག་ ལུག་།  
ལུག་ ལུག་ ལུག་,  
ལུག་ ལུག་ ལུག་།

༥. ལུག་ ལུག་ ལུག་,  
ལུག་ ལུག་ ལུག་།  
ལུག་ ལུག་ ལུག་,  
ལུག་ལུག་ལུག་།

༦. ལུག་ལུག་ ལུག་,  
ལུག་ ལུག་ ལུག་།  
ལུག་ལུག་ ལུག་ ལུག་,

ནཅོན མ སྒྲུམ།

༩. སྒྲུམ་ སྒྲུམ་ སྒྲུམ་  
ཀམ་ སྒྲུམ་ སྒྲུམ་ སྒྲུམ་  
ནད་ལྟེ ལམ་ སྒྲུམ་  
ལོ་གྲུ་ལོ་ལོ་ལོ།

སྒྲུམ་ སྒྲུམ་  
ལྟེ་ སྒྲུམ་  
སྒྲུམ་ སྒྲུམ་  
ལོ་ སྒྲུམ་ སྒྲུམ་ སྒྲུམ་

སྒྲུམ་ སྒྲུམ་  
སྒྲུམ་ སྒྲུམ་

༡༠. སྒྲུམ་ སྒྲུམ་  
ལྟེ་ སྒྲུམ་ སྒྲུམ་  
སྒྲུམ་ སྒྲུམ་ སྒྲུམ་  
ལོ་ སྒྲུམ་ སྒྲུམ་ སྒྲུམ་

སྒྲུམ་ སྒྲུམ་  
ལྟེ་ སྒྲུམ་ སྒྲུམ་  
ལྟེ་ སྒྲུམ་ སྒྲུམ་  
ལྟེ་ སྒྲུམ་ སྒྲུམ་

སྒྲུམ་ སྒྲུམ་  
སྒྲུམ་ སྒྲུམ་

སྒྲུམ་ སྒྲུམ་ སྒྲུམ་  
སྒྲུམ་ སྒྲུམ་ སྒྲུམ་  
སྒྲུམ་ སྒྲུམ་ སྒྲུམ་  
སྒྲུམ་ སྒྲུམ་ སྒྲུམ་

༡༡. སྒྲུམ་ སྒྲུམ་

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय॥

ॐ नमः शिवाय ॥

ཀུན་གཤིལ་ཀུན་གྱི་།

ནག་ཇེ་ རཅའི་ཅེ།།

ནཏུ ལྷམོ་ མཉམ་སྦྱོར།

गुण्ये अस्मिन् ॐ नमः॥

ॐ गमेशाय नमः॥

ਸਿੰਘਾਂ ਸਭ ਤੋਂ ਭਯੋ।

གཉིད་མེད་ གཉིས་མེད་

མཉམ་མཉམ་ མཉམ་མཉམ་

༡༥. མཉམ་ མཉམ་ མཉམ་

ཏེ་ མཉམ་མཉམ་

མཉམ་ ཏེ་ ཏེ་

མཉམ་ མཉམ་ ཏེ་

༡༦. མཉམ་ ཏེ་ མཉམ་

ཏེ་ ཏེ་ ཏེ་

ཏེ་ ཏེ་ ཏེ་

ཏེ་ ཏེ་ ཏེ་

ཏེ་ ཏེ་ ཏེ་

ཏེ་ ཏེ་ ཏེ་

ཏེ་ ཏེ་ ཏེ་

ཏེ་ ཏེ་ ཏེ་

ཏེ་ ཏེ་ ཏེ་

ཏེ་ ཏེ་ ཏེ་

ཏེ་ ཏེ་ ཏེ་

ཏེ་ ཏེ་ ཏེ་

ཏེ་ ཏེ་ ཏེ་

ཏེ་ ཏེ་ ཏེ་

ཏེ་ ཏེ་ ཏེ་

ཏེ་ ཏེ་ ཏེ་

༡༧. ཏེ་ ཏེ་ ཏེ་

ཏེ་ ཏེ་ ཏེ་

ཏེ་ ཏེ་ ཏེ་

ཏེ་ ཏེ་ ཏེ་

၅ နိဗ္ဗာန် နိဗ္ဗာန်၊  
မုနိဗ္ဗာန်၊  
နိဗ္ဗာန်၊  
နိဗ္ဗာန်၊

နိဗ္ဗာန်၊  
နိဗ္ဗာန်၊  
နိဗ္ဗာန်၊  
နိဗ္ဗာန်၊

နိဗ္ဗာန်၊  
နိဗ္ဗာန်၊  
နိဗ္ဗာန်၊  
နိဗ္ဗာန်၊

၇၁. နိဗ္ဗာန်၊  
နိဗ္ဗာန်၊  
နိဗ္ဗာန်၊  
နိဗ္ဗာန်၊

နိဗ္ဗာန်၊  
နိဗ္ဗာန်၊  
နိဗ္ဗာန်၊  
နိဗ္ဗာန်၊

နိဗ္ဗာန်၊  
နိဗ္ဗာန်၊  
နိဗ္ဗာန်၊  
နိဗ္ဗာန်၊

၇၂. နိဗ္ဗာန်၊  
နိဗ္ဗာန်၊  
နိဗ္ဗာန်၊  
နိဗ္ဗာန်၊

གུ་རྒྱ་ནི ཨ་གུ་རྒྱ་ནི་ཙ།

ਭੁਖੁ ਧਰਮੁ ਭੋਗੇ,  
ਭੁਖੁ ਭਖਰਿ ਪਛੋਰੇ॥

ལུམ་ལྔ་ རྫོགས་ གྲོལ་  
 རྫོགས་ རྫོགས་ སལྟ།  
 ཏ་ རུལ་ཏི་ རུལ་ཏི་  
 རུལ་ཏི་ རུལ་ཏི་ རུལ་ཏི།

ਅਮਰਿਕਾ ਸੰਗ੍ਰਿਹ,  
 ਅਮਰਿਕਾ ਸੰਗ੍ਰਿਹ।  
 ਅਮਰਿਕਾ ਸੰਗ੍ਰਿਹ,  
 ਅਮਰਿਕਾ ਸੰਗ੍ਰਿਹ॥

འཕྱི་ལོ་ སྐབས་ རིན་ རྒྱུ་  
ཡོད་ བོད་པ་ལེ་སྐྱོན་  
ལྷོ་ལོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་  
ལོ་ སྐབས་ རིན་ལྷོ་ལྷོ་

མི་སྒྲུབ་པོ་ ལམ་ནང་ གཞི,  
གུ་ཐར་ ར་ཆི་སྤྱད་ཀླུ་།  
ཀའ་ཀའ་སྤྲེལ་ དུ་ཕྱི་,  
ཐིང་ན་ དུ་སྤྲེལ་ བཟོ་༥

ཆེན་མོ་འཕགས་པ་ལྷོ་མོ་ -  
ཕྱེ་བོར་ བླ་ཆེན་ པོ།

୭୯. ଧନ୍ୟ ଛାନ୍ତି ବାନ୍ତଂ ଶ୍ରେଷ୍ଠ,  
 ବ୍ରାହ୍ମଣେଶ୍ଵରୀୟାଂ ।  
 ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣାୟ ନମଃ ।  
 ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣାୟ ନମଃ ।

20. ସମ୍ପ୍ରଦାୟ ଯେଉଁ,



མིས་ལྟོ་སྒྲུབ་པ་ལྟེ།  
སྒྲུབ་པ་ལྟེ་མིག་རྣམས་  
སྒྲུབ་པ་སྒྲུབ་པ་ལྟེ།  
དེ་ལྟེ་ཆུ་རྣམས་  
རྒྱ་རྒྱ་ལྟེ་ལྟེ།

༢༡. སུ་ལྟེ་སྒྲུབ་པ་  
སྒྲུབ་པ་ལྟེ་ལྟེ།  
སྒྲུབ་པ་ལྟེ་ལྟེ་  
སྒྲུབ་པ་ལྟེ་སྒྲུབ་པ་

སྒྲུབ་པ་ལྟེ་  
ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ།